



Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten, Sveriges lantbruksuniversitet (SLU)
15 hp

Barns lek och utemiljöns betydelse för denna



Isabelle Ripa

Fakulteten för Landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap, SLU Alnarp
Landskapsarkitektprogrammet
2010-03-26

SLU, fakulteten för Landskapsplanering, trädgårds- och jordbruksvetenskap

Program/utbildning: Landskapsarkitektprogrammet

Examen: Kandidatexamen

Titel (sve): Barns lek och utemiljöns betydelse för denna

Title (eng): Children's games and the environments impact on them

Ämne: Landskapsplanering

Nyckelord: Barn, lek, utemiljö, pedagogik, inläring, restaurativa miljöer, säkerhet

Författare: Isabelle Ripa

Handledare (SLU/extern): Anna-María Pálsdóttir, Område Arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi, SLU Alnarp

Examinator (SLU/extern): Märit Jansson, Område Landskapsutveckling, SLU Alnarp

Kurskod: EX0378

Kurstitel: Skriva om landskap

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: Grund C

Ort, månad, år: Alnarp, april, 2010

Serie:

Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten

Fotot på framsidan är hämtat från www.photo8.com.

Sammandrag

Det är ingen svår konst att känna igen ett rum som bebos av ett barn. Där finns barntapeter, heltäckningsmatta, mycket färg och naturligtvis leksaker. Så ser barnets närmaste inomhusmiljö oftast och förhoppningsvis ut, men hur är det med utemiljön?

Barns lek är beroende av den miljö i vilken leken tar form. Några av de starkaste barndomsminnen som de flesta vuxna människor har skapades i en utomhusmiljö. Detta visar på hur viktig utomhusvistelse är för barndomen. Om vi vill ge våra barn lika fantastiska minnen som vi själva har från barndomen så måste vi ta ansvar för deras utemiljö.

Genom leken finner barn ett sätt att hantera sin omvärld. Leken är absolut nödvändig för barnets utveckling och måste därför få kräva sitt utrymme i samhället. Barn vill utforska omvärlden på sina egna villkor, och gör gärna detta steg för steg. Barn har ett mycket starkt behov av att skapa sig en egen plats, undandömd från de vuxnas vakande blickar. Det finns ett behov av sådana platser i staden, områden där barnen tillåts skapa sina egna platser. Leken ska inte vara bannlyst till skarpt avgränsade, statiska, isolerade områden utan någon koppling till omvärlden. Leken är levande och det måste även platserna där den tar form vara. Dessa platser måste existera både i barnens värld och i vuxenvärlden för att barnen ska kunna tillgodogöra sig världen omkring dem, kunna sätta den i ett sammanhang och så småningom själva leva fullt ut i den.

Denna kandidatuppsats är en litteraturstudie som syftar till att undersöka barns lek och klargöra utemiljöns betydelse för denna, för att bidra till byggandet av trivsamma, stimulerande utemiljöer. Nyckelord är barn, lek, utemiljö, pedagogik, inläring, restaurativa miljöer och säkerhet.

Abstract

Recognizing a child's room is not a difficult thing to do. It has cute wallpapers, wall-to-wall carpet, lots of colour and of course toys. That's what a child's closest indoor surroundings usually and hopefully look like, but what about the outdoor surroundings?

Children's games depend on the surroundings in which they are shaped. Some of the strongest childhood memories most adults have, sprung from outdoor surroundings. This shows just how important time spent outdoors really is. If we desire to give our children as wonderful memories as the ones we ourselves have from childhood, then we have to take responsibility for their outdoor surroundings.

By playing, children find a way to handle the world around them. Playing is essential for a child's development and must therefore be allowed to demand its place in society. Children want to explore the world around them on their own terms, and prefer to do this step by step. Children have a very strong need to create their own place, hidden away from the watchful eyes of the grown-ups. There is a need of places like these in the city, areas where children are allowed to create their own places. The play shouldn't be banned to clearly defined, static, isolated areas without any connection to the surrounding world. The play is a living thing and so must the places where it takes shape be. These places must exist both in the world of the children and in the world of the adults if the children are to assimilate the world around them and be able to put it into a context and eventually live in it to the full.

This essay is a literature study which examines children's games and defines the impact outdoor surroundings have on them, in order to contribute to the creating of pleasant, stimulating outdoor surroundings. Keywords are children, games, outdoor surroundings, pedagogy, learning, restorative environment and safety.

Förord

Barn har alltid fascinerat mig, även när jag själv var ett. Allteftersom jag blivit äldre har jag märkt att jag tappar mer och mer av mitt barnasinne. Jag kommer allt längre från barnens värld och jag förstår inte längre hur man som barn fungerar. Som en väninna sa till mig när vi diskuterade mitt ämnesval till kandidatuppsatsen: ”Det är intressant att vuxna människor behöver forska och skriva böcker om hur barnens värld är. Alla vuxna har ju själva varit där, vi borde ju redan veta.” Men det gör vi uppenbarligen inte. Därför måste vi ta reda på det. Vi måste ta ansvar för att förbereda barnen för vuxenlivet.

”Bagagen fra barndommen er den ballast, barnet bærer med sig ind i voksenlivet, og vi er som de voksne ansvarlige for, at kufferten er fornuftigt pakket, så børnene er godt rustede.” (Nebelong, 2008, s.8).

Tack

Jag vill tacka min handledare Anna-María Pálsdóttir för gott stöd och glädjespridning!

Innehållsförteckning

Sammandrag	s.3
Abstract	s.4
Förord	s.5
Figurförteckning	s.8
Bakgrund	s.9
Mål & Syfte	s.10
Disposition	s.10
Material & Metod	s.10
Lekens grundläggande drag	s.11
Barns lek	s.11
Barns inlärning	s.13
Den fysiska miljön	s.17
Restorativa miljöer	s.17
Säkerhetsaspekter	s.20

Utomhusleken i den fysiska miljön	s.24
Pedagogik	s.24
Avslutande diskussion	s.29
Källförteckning	s.30

Figurförteckning

Figur 1 hämtad från www.photo8.com

Figur 2 hämtad från www.photo8.com

Figur 3 hämtad från www.photo8.com

Figur 4 hämtad från www.photo8.com

Figur 5 hämtad från `<div xmlns:cc="http://creativecommons.org/ns#" about="http://www.flickr.com/photos/snapr/484776493/">http://www.flickr.com/photos/snapr/ / CC BY 2.0</div>`

Figur 6 hämtad från `<div xmlns:cc="http://creativecommons.org/ns#" about="http://www.flickr.com/photos/dbaron/2760620563/">http://www.flickr.com/photos/dbaron/ / CC BY-SA 2.0</div>`

Figur 7 hämtad från `<div xmlns:cc="http://creativecommons.org/ns#" about="http://www.flickr.com/photos/tupwanders/105680747/">http://www.flickr.com/photos/tupwanders/ / CC BY 2.0</div>`

Bakgrund

Över hela världen i alla möjliga kulturer leker barn. De leker på olika vis och med olika material, men alla leker de om de ges möjligheten. Att ge barn den möjligheten på bästa tänkbara sätt i utomhusmiljön är vad detta arbete handlar om. Närmare bestämt att ge barn möjligheten att utvecklas fysiskt såväl som socialt genom lek, med utemiljöns roll och betydelse som utgångspunkt.

“Konventionsstaterna erkänner barnets rätt till vila och fritid, till lek och rekreation anpassad till barnets ålder samt rätt att fritt delta i det kulturella och konstnärliga livet. “
(Barnombudsmannens hemsida, 2008, Om barnkonventionen [online]).

Så står det i FN:s konvention om barnets rättigheter (barnkonventionen) *Art.31 Vila, fritid och kultur* (Barnombudsmannens hemsida, 2008, Om barnkonventionen [online]).

Vidare står det också:

“Konventionsstaterna skall respektera och främja barnets rätt att till fullo delta i det kulturella och konstnärliga livet och skall uppmuntra tillhandahållandet av lämpliga och lika möjligheter för kulturell och konstnärlig verksamhet samt för rekreations- och fritidsverksamhet.” (Barnombudsmannens hemsida, 2008, Om barnkonventionen [online]).

Och det är här planerare och arkitekter av olika slag kommer in i bilden. När man pratar om planering för människor, vilka människor pratar man om då? Jo, man pratar om vuxna individer eller vuxna samhällsgrupper. Men barn är ju också människor, och det är lätt att tappa dem någonstans på vägen. Det är lätt att tänka ur sitt eget perspektiv, ett vuxet perspektiv. Ett barns liv och vardag kräver mycket planering, och detta tror jag även gäller för barnets miljö. Det är ingen svår konst att känna igen ett rum som bebos av ett barn. Där finns barntapeter, heltäckningsmatta, mycket färg och naturligtvis leksaker. Så ser barnets närmaste innemiljö oftast och förhoppningsvis ut, men hur är det med utemiljön?

Denna kandidatuppsats syftar till att utröna vilken roll utemiljön spelar i framför allt förskolebarns lek, samt hur man ska planera denna miljö för att stimulera barnens leklusta och vilja till utomhusvistelse. Den undersöker barns lekmönster, barns inlärning, restaurativa miljöer, säkerhetsaspekter och pedagogik.

Mål och Syfte

Jag vill ta reda på vilken roll utemiljön spelar i barns lek och hur man ska planera denna miljö för att stimulera barnens leklusta och vilja till utomhusvistelse. Detta för att kunna bidra till byggandet av trivsamma, stimulerande utemiljöer även för våra yngsta medmänniskor.

Disposition

Uppsatsen är indelad i tre huvuddelar: “Lekens grundläggande drag”, “Den fysiska miljön” och “Utomhusleken i den fysiska miljön”. “Lekens grundläggande drag” ger förståelse för hur barn leker och varför det är så viktigt att barn får lov att leka. “Den fysiska miljön” behandlar utemiljön och dess rent psykologiska och säkerhetsmässiga aspekter. “Utomhusleken i den fysiska miljön” fokuserar på miljöns betydelse för barnens lek.

Material och Metod

Denna uppsats är baserad på en ren litteraturstudie. Informationen och teorierna är hämtade från olika källor i form av böcker och artiklar, men de böcker jag använt mig mest av är *Vi leger at... Tanker om leg og indretning af legepladser og sansehaver for børn* av Helle Nebelong och *Leka för att lära* av Mikael Jensen & Åsa Harvard. Även Moviums hemsida har använts flitigt, där Gröna Fakta varit en god källa till kunskap. Mycket av litteraturen är skriven av människor med koppling till SLU, Alnarp. Detta bidrar till att denna litteratur förhåller sig till ämnet ur ett landskapsarkitektoniskt perspektiv.

Lekens grundläggande drag

Barns lek

Birgitta Knutsdotter Olofsson (2009, s. 76) hävdar att leken har en tydlig ram runt sig. Innanför lekens ram är allting möjligt, så länge lekens givna regler följs. Här kan saker som inte går för sig i den verkliga världen testas. Det är möjligt att färdas genom tid och rum och besöka platser som aldrig hade kunnat besökas i verkligheten. Utanför ramen gäller andra lagar, och ett skifte mellan dessa två helt olika världar kan ske genom att barnet kliver in eller ut ur lekens ram.

Knutsdotter Olofsson (2009, s. 76) beskriver vidare lekens tre sociala regler, från början utformade av Catherine Garvey (1977). Dessa tre regler är samförstånd, ömsesidighet och turtagande. Barnen måste vara överens om att man leker och vad man leker, leken måste oberoende av barnens ålder och styrka vara jämställd mellan dem, och barnen måste turas om att bestämma ramen för leken så att det blir rättvist barnen emellan. Det finns dock barn som inte förstår eller följer dessa sociala lekregler, vilket ofta leder till att de förstör leken och blir utestängda från den.

”Goda lekkamrater är det bästa man kan önska någon.” (Knutsdotter Olofsson 2009, s.78).

Barn använder sig enligt författaren av sina minnen från tidigare upplevelser när de leker fantasi- och rollekar (2009, s.77). En av grundförutsättningarna för leken är att man i tanken kan göra om den riktiga världen till något den inte är, och förmågan att göra detta är väldigt stark hos exempelvis författare. Barn kan förvandla verkligheten genom leken väldigt väl och sjunka djupt in i den. De hamnar i ett tillstånd av djup koncentration, hängivenhet och självförglömmelse där det inte verkar finnas någon ände på fantasin. En förutsättning för att denna ”djupa lek” ska fungera är att barnet känner sig tryggt och därmed obehindrat kan ge sig hän åt leken. Prestationskrav är bannlysta eftersom de hindrar självförglömmelsen.

Utomhusleken är enligt författarna Anna Lenninger och Titti Olsson ofta ännu friare än inomhusleken (2006, s.14). Förskollärare är mer passiva utomhus, låter barnen ta egna initiativ till sin lek och ser utemiljön i sig som en fostrare, en roll de själva tar på sig i inomhusmiljön. Barnen får spelrum för att själva umgås och lösa konflikter och problem på egen hand. Utomhusmiljön genererar även starka barndomsminnen.

”När man ber vuxna personer tala om sin barndoms favoritplats berättar de så gott som alltid om platser utomhus. Utomhusleken kan innehålla så starka och positiva minnen att vi bär dem med oss hela livet.” (Lenninger & Olsson 2006, s.16).



Figur 1.

Kapiteldiskussion

I leken skapas en alternativ verklighet där allting är möjligt. Minnen som barnet har kan återupplevas genom leken, och denna kan bli så uppslukande att barnet glömmer av sig självt och är fullt koncentrerad på leken. Barnen plockar element ur sin fysiska och sociala omgivning och stoppar in dessa i sin egen värld. Leken kräver ett socialt samspel, utomhus till en ännu större grad än inomhus.

Barnens värld är någonting helt annat än vuxenvärlden, men samtidigt oerhört anknutet till vuxenvärlden. Det kan vara svårt för vuxna människor att förstå detta samband, att släppa sitt eget vuxenperspektiv och kunna se hur saker och ting hänger ihop i barnens värld. Vuxenvärlden är obegriplig för barn och de försöker förstå sig på den eftersom de hela tiden dras längre och längre in i den. Men barnens värld är på många sätt precis lika obegriplig för vuxna, med den skillnaden att väldigt många vuxna inte försöker förstå sig på, eller tror att de redan har förståelse för, barnens värld. Om vi inte förstår hur barnen och deras värld fungerar så kan vi inte heller förvänta oss att vi ska kunna lyckas skapa goda miljöer för dem att existera i. Eftersom dessa båda världar är oupplösligt knutna till varandra måste de även kunna samexistera i varandra. Och eftersom de båda världarna är så olika varandra måste båda sidor anstränga sig för att förstå den andra.

Det faktum att några av de starkaste barndomsminnen som de flesta vuxna människor har skapades i en utomhusmiljö visar hur viktig utomhusvistelse är för barndomen. Om vi vill ge våra barn lika fantastiska minnen som vi själva har från barndomen så måste vi ta ansvar för deras utemiljö.

Barns inlärning

”När barnen leker använder och utvecklar de sin fantasi och påhittighet. Utan fantasi kan inga nya tankar tänkas och inga nya idéer födas. Utan påhittighet blir inga praktiska problem lösta och inga uppfinningar gjorda. Utan föreställningsförmåga kan den lästa texten aldrig förstås och nya texter aldrig bli skrivna.” (Knutsdotter Olofsson, 2009, s.79).

Under leken utvecklar barn sin fantasi och påhittighet: en kartong kan gå från att vara ett badkar till att bli en TV exemplifierar Knutsdotter Olofsson (2009, s.79). Detta är en avancerad process som inte kan efterliknas genom undervisning. Genom leken sker en omedveten inlärning, ett undersökande, experimenterande och klargörande. När leken är slut kan barnen nya saker, även om de ibland inte kan sätta fingret på vad dessa saker är. Genom leken tränar sig barn också på att reflektera. De kliver utanför lekens ramar när det behövs, och bestämmer hur leken ska fortsätta. De lägger fram olika alternativ för leken och väljer bland dessa. Det krävs planering, lösningar av tekniska problem och naturligtvis en överenskommelse om vem som ska göra vad.

Barn leker med hela kroppen och övar sig i att behärska denna med stor glädje skriver författaren (2009, s.86). Barnens rörelsemönster blir många och varierade i leken, och rörelserna görs meningsfulla tack vare fantasin. I byggandet av sina egna lekmiljöer utvecklar barnen en förståelse för grundläggande begrepp som avstånd, närhet, högre än, längre än, balans, tyngd, snett och plant. Dessa begrepp tydliggörs vid användande av vatten, sand, bräddor, klossar, stenar och kuddar. Siffror tar barnen till sig t.ex. när de dukar åt dockor och gosdjur.

När barn leker sådant de upplevt förstärks minnet av upplevelsen menar författaren (2009, s.82). Ord, rörelser, material och samvaro knyts an till upplevelsen och skapar ett nät av associationer. Minnesbilden blir på så sätt tydligare och mer organiserad. När flera färdigheter används samtidigt underlättar det för långtidsminnet. Knutsdotter Olofsson förklarar att människor enligt hjärnforskaren David Ingvar även har ett så kallat framtidsminne, det prospektiva minnet. Detta innebär att man kommer ihåg vad som ska hända i framtiden. Barn minns t.ex. att de får öppna paket när julafton kommer. Hjärnan bearbetar planer för framtiden och utarbetar möjliga lösningar på olika problem. Denna förmåga går förlorad vid en svår depression. Det är möjligt att barn förebygger svåra depressioner genom sin lek, de brukar nämligen det prospektiva minnet flitigt i sina lekar. När de stöter på problem söker de lösningar, och tränar sig därmed på att hitta alternativ och möjliga utvägar.

Kommunikation är A och O inom leken fortsätter Knutsdotter Olofsson (2009, s.83). Barnen måste tydligt kunna visa när de befinner sig inom lekens ramar och när de är utanför den. Det finns en tydlig gräns för vad som är på låtsas och vad som är på riktigt, och barnen måste kunna kommunicera detta så tydligt att andra förstår deras signaler. I leken förställer de gärna rösten och de använder olika tempus beroende på om de talar inom leken eller utanför den. De får dessutom träna på att uttrycka olika känslor som hör till den roll de spelar.

Författaren hävdar att rolleken även tränar barnen i språket, och gör det mer utarbetat och variationsrikt under leken (2009, s.84). Eftersom ingenting egentligen är vad det ser ut att vara i låtsaslekar, tvingas barn till att använda det talade språket. Handlingen hittas oftast på efter hand, vilket gör att barnen måste kommunicera mycket under leken, lyssna på varandra och vara noggranna med hur de uttrycker sig för att andra ska förstå. För barn som kommer från en annan språkmiljö är leken ett väldigt lätt sätt att ta till sig det nya språket på. Detta förstärks också om en vuxen deltar. Orden knyts till såväl verklighetens föremål och händelseförlopp som till barnens inre bilder av dessa. Utan inre bilder och föreställningar blir språket bara ljud utan mening och det lästa ordet får ingen betydelse. När barn upprepar sådant de hört och sett får de också en tydlighet i föreställningarna bakom orden.

Vidare drar Knutsdotter Olofsson paralleller mellan författarskapet och leken (2009, s.85). Tankar formuleras och uttrycks såväl genom författandet som genom leken och barn och författare provar och förhåller sig till olika roller i leken respektive i skrivandet. Leken blir som en berättelse, en historia som ska hänga ihop. Ibland kan leken verka förvirrande för en utomstående iakttagare eftersom barnen kanske inte helt förstår hur det de återberättar hänger ihop. Efter hand sker dock ordnandet och klargörandet i leken, vilket gärna underlättas av att vuxna deltar i leken och förklarar saker som barnen inte förstår. Detta ordnande och klargörande som sker genom leken, stämmer ofta också in på de berättelser som hela tiden skapas av människan.

Lek tillsammans med andra barn anses vara utvecklande för den sociala kompetensen menar författaren (2009, s.85). Barn som utvecklat sin lekförmåga utvecklar även medkänsla och respekt för varandras behov. I leken dyker det hela tiden upp konflikter och problem som måste lösas av barnen för att leken inte ska ta slut, men att lära känna varandra genom leken tillför även trygghet och glädje.

”När barn leker med varandra lär de sig att leva med andra människor, skratta med andra, bli arga utan att slåss, gråta utan att anklaga, kompromissa, känna sympati och empati.” (Knutsdotter Olofsson, 2009, s.85).

När viljan att få bestämma är stark och återfinns hos flera barn kan det ibland utbryta en maktkamp förklarar författaren (2009, s.85). Det kan finnas meningsskiljaktigheter om hur leken ska fortskrida, om vem som får vara med och om vem som ska ha vilken roll. För att leken ska kunna leva vidare krävs att barnen förstår och använder sig av lekens tre sociala regler: samförstånd, ömsesidighet och turtagande. Dessa regler gäller även som grund för ett demokratiskt samhälle. Barnen lär sig härigenom att kontrollera sin styrka och att se var gränserna går. För mycket maktkamper kan leda till att leken blir störd och att barnens hängivenhet och självförglömmelse ersätts av försiktighet och vaksamhet. Till skillnad från den djupa lekens lugn och harmoni blir lek med för mycket maktspel störande.

”Att leka är en konst. Att leka tillsammans med andra barn är en ännu större konst.”
(Knutsdotter Olofsson, 2009, s.86).



Figur 2.

Kapiteldiskussion

Leken är ett verktyg för barn att få utlopp för sin fantasi, återuppleva minnen, träna på reflektion och kommunikation, uttrycka känslor, träna språket, tydliggöra inre bilder, öva sin sociala kompetens, prova gränser och mäta sin styrka, lära sig att behärska sin kropp, få en förståelse för siffror och grundläggande fysikaliska begrepp.

Genom leken finner barn ett sätt att hantera sin omvärld. Alla nya intryck, alla upplevelser, händelser, ord och uttryck kan bearbetas genom leken för att på så sätt bli förståeliga och hanterliga för barnet. Även den egna kroppens och sinnets förhållande till omvärlden och människorna i den används och slipas det på, om och om igen. Leken blir en sorts terapi och ett träningsläger inför vuxenvärlden. Utan personlig utveckling kan barnen inte gradvis anpassa sig till det samhälle de lever i. Leken är ett ständigt kompetensutvecklingsseminarium för barn, där upprymdhet och lustfylldhet förhoppningsvis är givna ingredienser.

Leken är absolut nödvändig för barnets utveckling och måste därför få kräva sitt utrymme i samhället. Leken kan ibland bli stökig och högljudd, men det behöver inte betyda att den inte fyller ett syfte.

Den fysiska miljön

Restorativa miljöer

Restorativa miljöer kallas sådana miljöer som främjar återhämtning förklarar Terry Hartig (2005, s.263). Vi förbrukar dagligen delar av hjärnans resurser, såsom energi och fokuseringsförmåga. Precis som vi behöver sova under natten eller stoppa i oss mat för att få energi till kroppens celler, så behöver vi även återhämta dessa andra resurser. Detta gäller barn såväl som vuxna.

Hartig (2005, s.269) beskriver två teorier som haft stort inflytande över forskningen kring restorativa miljöer. Den ena teorin har utvecklats av makarna Stephen och Rachel Kaplan, angående förmågan att medvetet rikta sin uppmärksamhet. Teorin säger att det är påfrestande att behöva fokusera sin uppmärksamhet på något man finner ointressant medan man aktivt utestänger sådant som är intressantare. Förmågan att göra detta mattas i längden av, och därför behöver vi återhämtning. Får vi inte återhämtning kan det bl.a. leda till lättretlighet, nedsatt självkontroll, oförmåga att planera samt misstag vid utförandet av uppgifter.

Hartig och kollegor (1991) genomförde en studie av denna återhämtning. Studien visade att förmågan att genomföra en koncentrationskrävande uppgift blev bättre efter en timme spenderad i en naturmiljö. Patrik Grahn och kollegor (1997) genomförde en liknande studie på två svenska dagis. På det första dagiset hade barnen tillgång till stora grönytor och där visade barnen bäst resultat på en uppgift som krävde koncentration. Det andra dagiset hade sämre resultat och även ett mindre utomhusområde med sparsamt med vegetation.

Den andra teorin som Hartig (2005, s.272) tar upp är utformad av Roger Ulrich (1983) och är särskilt inriktad på visuella stimuli som främjar stressreduktionen. Teorin definierar stress som en reaktion på en situation, vilken upplevs som ett hot mot välbefinnandet. Det är ett riktat beteende som människan genom evolution utvecklat för att garantera fortsatt överlevnad. Specifika visuella stimuli framkallar intresse och välbehag och kan därigenom starta en återhämtningsprocess från den uppbyggda stressen. Negativa känslor och tankar ersätts av positiva under betraktningen.

Ulrich (1979) genomförde en studie av denna stressåterhämtning med hjälp av korta fotografiska simuleringar av stads- och naturmiljöer (Hartig, 2005, s.274). Resultatet visade tydligt att de känslomässiga och fysiologiska förändringar som uppmättes på deltagarna i undersökningen berodde på vilken miljö som visades. Naturscener genererade en nedgång i ilska och sorgsenhet och en uppgång i positiva känslor, medan stadsmiljöer genererade det exakt motsatta förhållandet.

Nancy M. Wells (2008, s.6) skriver om en undersökning hon genomförde tillsammans med Gary Evans år 2003. Studien omfattade nästintill 300 barn boende på landsbygden och visade att tillgängligheten till närliggande natur minskade stressen från negativa händelser såsom syskonbråk, flytt, mobbning i skolan eller närståendes bortgång.



Figur 3.

Kapiteldiskussion

Restorativa miljöer hjälper människor att återhämta de mentala resurser som dagligen utarmas. Riktad uppmärksamhet respektive stressåterhämtning är två teorier som kan förklara varför specifika naturmiljöer fungerar som restorativa.

Ovan nämnda teorier kan mycket väl samexistera. Teorin om riktad uppmärksamhet fokuserar på längre vistelser i naturmiljöer, vilka återuppbygger förmågan att aktivt rikta sin uppmärksamhet. Teorin om stressåterhämtning har fokus på kortare visuella upplevelser av naturmiljöer, vilka aktivt reducerar stress. Det finns alltså ingen anledning till varför båda teorier inte kan vara riktiga.

Oavsett hur väl dessa teorier stämmer, är nödvändigheten av vistelse i restorativa miljöer ett faktum. Människor behöver gröna och avslappnande miljöer för att må bra rent psykiskt och detta gäller naturligtvis även barn. Genom att lekmöjligheter bakas in i restorativa miljöer främjas barns psykiska välmående.

Säkerhetsaspekter

2008 visade statistiken att två barn dog i olyckor varje vecka, och att nästan en kvarts miljon barn varje år skadades så allvarligt att läkarvård blev nödvändigt (*HAGS*, 2008, s.3) . Många av dessa tragiska olyckor skulle kunna undvikas om det fanns en större medvetenhet om vilka risker som finns i närmiljön (*HAGS*, 2008, s.3).

1990 startade ett europeiskt samarbete för att utforma en gemensam standard gällande bl.a. lekområden (Marhenke 2000, s.6). Denna standard utgår från medicinskt dokumenterade tillbud och olyckor, vilka inträffat främst i Europa. Riskernas storlek har beaktats, där riktlinjerna för att undvika allvarliga risker är mycket detaljerade, medan desamma för mindre allvarliga risker är mycket mindre omfattande. En standard är inte en lag i sig, utan en frivillig överenskommelse mellan intresserade parter. Dock kan domstolsmål prövas mot en standard vid olycksfall.

Plan- och bygglagen (PBL) anger hur underhåll, skötsel och utformning av lekmiljöer ska fungera för att olyckor ska kunna begränsas (Åkerblom 2000, s.5). Någon definition av ”underhåll” eller ”begränsas” finns dock inte, PBL hänvisar här istället till den gemensamma europeiska standarden. Fastighetsägaren eller markägaren är den ytterst ansvariga för lekplatsen. Följande är hämtat direkt från *HAGS* häfte ”Dags att Se över din lekplats” (2008, s.2), vilken enligt *HAGS* själva är i enlighet med svensk och europeisk standard:

”Tillsyn, underhåll och besiktning

- För att upprätthålla säkerheten och funktionen i lekredskapen krävs att tillsyn, underhåll och besiktning sker kontinuerligt, samt att installationen skett på rätt sätt.
- Installation ska utföras av kompetent person och enligt tillverkarens anvisningar.
- Tillsyn, underhåll och besiktning ska utföras av kompetent person där kunskapen ska ligga i nivå med det uppdrag som givits och ske enligt tillverkarens anvisning eller oftare. Faktorer som påverkar detta är t.ex. hårt utnyttjande, vandalism, placering nära kust, redskapets ålder osv.

Drifts- och ägaransvar

- Driftsansvarig eller ägare till lekredskap ska upprätta lämpliga rutiner och schema för tillsyn, underhåll och besiktning.
- Driftsansvarig ska tillse att personal är utbildad för det uppdrag man fått och har fått tillräcklig information vad gäller ansvar och befogenheter.
- Driftsansvarig ska tillse att protokoll förs vid tillsyn, underhåll och besiktningar samt att dokument upprättas och sparas och är tillgänglig för berörd personal.
- Om felaktigheter upptäcks på redskapet som kan förorsaka skada vid användning, ska tillträde för allmänheten förhindras tills felet är åtgärdat.”

Förutom underhåll av lekredskap finns det även andra saker som bör tas i beaktning när det kommer till säkerheten. Om det finns brunnar, bassänger eller liknande på platsen ska dessa förses med säkerhetsanordningar (Åkerblom 2000, s.5). Växter som är speciellt lockande att smaka på får inte finnas på platsen (HAGS, 2008, s.5). Av hänsyn till allergiker bör även växter med pollen undvikas. Lekplatsen bör även vara väl avgränsad från trafik, då mer än hälften av alla barnolyckor med dödlig utgång sker i trafiken.

Det finns en risk att säkerheten slår ut spänningen och kreativiteten i en lekplats (Åkerblom 2000, s.1). Ett sätt att undvika detta är att skilja på faror och risker. Uppenbara faror kan byggas bort för att undvika allvarliga skador och dödsfall. Risker är däremot något som kanske måste tas med i beräkningen på en lekplats. Riskerna kan nämligen vara nödvändiga för barns utveckling. Om den gemensamma europeiska standarden står följande skrivet:

“Det är viktigt att notera att standarden lägger tyngdpunkten på säkerhetsmässiga aspekter. Standarden bygger alltså inte på kunskap om leken är utvecklande för barn ur strikt pedagogiska perspektiv. Det innebär att standarden är en strikt säkerhetsmässig standard som i och för sig bygger på kunskap om barns motoriska utveckling och fysiska mått, men som inte på något sätt tar ställning för vad som är utvecklande för barn.” (Marhenke 2000, s.7)

Helle Nebelong (2008, s.16) anser att det är dags att sätta ett stopp för jakten på den ultimata säkra lekplatsen, eftersom den inte existerar. Oavsett hur planeringen görs kommer olyckor fortfarande att inträffa, och dessa är helt enkelt en del av barndomen. Barn snubblar, faller och får skrubbsår, vilket förbereder barnen på att möta och hantera de besvikelser och utmaningar som de kommer stöta på senare i livet. Författaren menar att de standardiserade ”säkra” lekplatserna också är farliga, men på ett annat sätt. När hela lekplatsen blir mer eller mindre symmetrisk och när alla avstånd är lika stora behöver barnet inte längre vara lika noga med var det sätter fötterna. Leken blir förenklad, och barnet behöver inte längre bry sig om sina rörelser i lika stor utsträckning. Att bedöma avstånd, nivåskillnader och möjliga faror kräver mycket övning och är nödvändigt för att människor ska klara sig i livet.

”Garanterad säkerhet skapar i sig aldrig några fullvärdiga miljöer för barn.” (Lenninger & Olsson 2006, s.10).

Det finns ingen anledning till att bli panikslagen och mista sunt förnuft menar Nebelong (2008, s.18). Säkerhet är essentiellt, men det får inte slå ut sådant som atmosfär och design, eller leda till att endast fantasibegränsade lekredskap sätts in överallt för att de är den enklaste lösningen.

”Lek är att föra in kaos i ordnade system.” (Lenninger & Olsson 2006, s.51).



Figur 4

Kapiteldiskussion

Europas gemensamma standard är en överenskommelse men inte en lag, där anvisningarna för hur farliga olyckor ska undvikas är mycket detaljerade. Fastighetsägaren eller markägaren har yttersta ansvaret för lekplatsen, och ställs därmed till svars om något skulle hända. Det har uppstått en motsättning mellan säkerhet och utveckling, vilken allt som oftast lett till att säkerheten totalt tagit överhanden på en plats.

Den europeiska standarden är ett berömvärt samarbete länder emellan, vilken bör ligga som bas i varje lekplatsområde för att undvika allvarliga olyckor och dödsfall. När det gäller risker behöver lekplatsen dock inte vara lika strikt. Barn behöver och vill ha utmaningar, det är så de lär sig kontrollera sin kropp, mäter sin styrka och så småningom utvecklas till vuxna individer. Med utmaningar följer också risker: skrubbsår och mindre stukningar är ett pris som kan vara rimligt att betala för att fortfarande kunna ha utvecklande och stimulerande miljöer för barn. Det finns en risk att fastighetsägare, markägare, planerare och arkitekter hakar upp sig för mycket på säkerhet och glömmer bort allt annat, eftersom de vill ha ryggen fri. Om lekplatsen är säkerheten själv men saknar spänning, då vill ingen leka där och då sker det garanterat inga olyckor där heller. Men i så fall fyller den tomma platsen ingen funktion längre.

Skrapsår och blåmärken är en del av barndomen och dessa är oundvikliga, vilken miljö barnet än befinner sig i. Däremot får betydelsen av att undvika livsfarliga olyckor aldrig ignoreras. En plats där en ung människa mister sitt liv är ingen bra plats.

Utomhusleken i den fysiska miljön

Pedagogik

”Det er sikkert en herlig leg att skabe sligt til børn, men det er, som om det glemmes, at det er børnene, som ska lege, helst udfolde sig i skabende leg. Ærlig talt, det, der bygges og indrettes, synes mere beregnet for aber end for menneskebørn.”

Så skrev danska landskapsarkitekten C.Th. Sørensen i boken *Haver – tanker og arbejder* enligt danska landskapsarkitekten Helle Nebelong (2008, s.12). Nebelong anser att landskapsarkitekter och andra som arbetar med barns utemiljöer och lekredskap har svårt att komma ifrån sitt vuxenperspektiv. I bästa fall finns det en ambition att skapa färgglada, fina, roliga och fantasifulla platser, men författaren menar att det skall vara skillnad på utemiljön och inomhusmiljön. Inomhus möts barn av tusen färger på leksaker och väggar men utomhus bör naturens färger råda, då detta låter ögon och sinne slappna av.

Författaren menar vidare att människan är en del av naturen och att hon därför har ett behov av att få en nära kontakt med denna. Detta behov av en nära kontakt kommer även växa alltmer i takt med den globala utvecklingen. För att finna balans och harmoni måste människan spendera tid i naturen, och det får inte glömmas bort att hon är en biologisk varelse. Forskning visar att barn som får leka i naturen blir självständiga och sunda, både socialt, mentalt och fysiskt. Motoriken och uppmärksamheten skärps hos barn som har ett aktivt uteliv, samtidigt som kreativiteten ökar.

Nebelong använder sig ofta av begreppet ”sansehave” (2008, s.44). Författaren har hämtat begreppet från det holländska ordet ”snoezelen”, vilket står för att sinnena kan användas både aktivt och passivt. Sinnena används aktivt genom öppenhet och uppmärksamhet på omgivningen. Passiva sinnespåverkningar finns runtomkring i form av dofter från blommor, olika ljud och värmeväxlingar. Begreppet ”sansehave” har utvecklats som en följd av de ”sanserum” i inomhusmiljöer som finns till för handikappade barn och vuxna, där dessa tillsammans med människor de känner och är trygga med får en möjlighet att vidga uppfattningen om sig själva i förhållande till omgivningen. De kan aktivt söka upp eller passivt komma i kontakt med olika sinnesstimuli i form av dofter, ljus, musik, vatten och värme. Skillnaden mellan ”sanserum” inomhus och ”sansehave” utomhus är att utomhusmiljön har ett mycket bredare register av sinnesstimuli att ta till vara på.



Figur 5.

”Barn är estetiska varelser. Ordet estetik kan i sin ursprungliga betydelse sammanfattas som den kunskap vi får via våra sinnen. Barn är fysiska, de lär om världen med hela kroppen och med alla sina sinnen vidöppna. Barn behöver inte bara vackra former för ögat, de behöver prassel och sus, ångande lövmassor, solvarma jordhögar och krusande vattenytor, svinget och greppet om repet, skräpet och skrotet. Och de behöver gott om plats. När det gäller barns utemiljö finns ingen åtskillnad mellan kvalitet och kvantitet – de är förutsättningen för varandra.” (Lenninger & Olsson 2006, s.10).



Figur 6.

”Vidlyftig lek” är ett begrepp som används av Fredrika Mårtensson (2009, s.170), och innebär att den ”vilda” utomhusleken har en inre mental rörlighet såväl som en yttre fysisk. Barn hyser en önskan att utforska världen på sina egna villkor, något som vuxna kan ha svårt att anpassa sig till. Rörelsen ut mot resten av världen är nödvändig för barnets utveckling och en förutsättning för utomhusleken. Ett barn tillägnar sig gärna sin omgivning steg för steg. En förskolegård som är uppbyggd med detta i åtanke kan fungera väldigt bra. Närmast huset kan det finnas sittplatser, välklippta gräsytor och välskötta rabatter, där de vuxna gärna stannar och har en överblick. Längre

bort blir gräset högre och buskar börjar komma in i landskapet. I utkanten av gården finner man den vilda delen med bruten terräng och träddungar. I en sådan miljö kan barnen leka längre och längre bort från den fasta trygga punkten invid huset, och därmed stegvis börja ta plats i världen.

Utomhusleken börjar enligt Mårtensson med ”grejande” (2009, s.175). ”Grejandet” kan vara allt från att plaska i en vattenpöl till att bryta en pinne eller riva av ett blad. Det är ett sätt att konkret ta kontakt med den fysiska omgivningen. Barnen får fotfäste i miljöer som har mycket löst material att ”greja” med och kan därmed skapa sig en trygg utgångspunkt för att sedan våga bege sig vidare in i mer fartfyllda lekar.

Att skapa sin egen plats är något som går igen hos barn världen över (Kylin 2005, s.5). Detta behov verkar inte känna till några sociala eller kulturella gränser. Internationella undersökningar visar att kojor byggs överallt, från Västindien till Sverige. Idag är barn hårt kontrollerade av vuxna, men de har ett behov av avskildhet och självständighet. Utemiljön kan därför bli ett frirum där barn själva ta kontroll över det fysiska rummet. För att kojbyggande ska vara möjligt krävs rumsskapande vegetation och insynsskyddade platser. I planeringssammanhang blir barn ofta tilldelade specifika, isolerade platser. Det finns dock ett stort behov hos barnen att hitta och skapa sina egna platser och att röra sig längre och längre bort från hemmet. På detta vis tar de successivt den fysiska miljön i besittning och tränar sin självständighet och hanteringen av omvärlden.

“En omsorg i utformning och gestaltning av förskolegårdar, skolgårdar och lekplatser där yngre barn spenderar mycket tid i dagens samhälle är viktig. Men att i en övergripande stads- och samhällsplanering endast fokusera på de separerade platserna för barn, samtidigt som samhället utanför dessa speciella platser utvecklas till miljöer som barnen har stora svårigheter att hantera på egen hand, kan knappast kallas en planering med barnperspektiv.” (Kylin 2005, s.5).

Kojor fungerar både som hemliga rum och som viktiga sociala platser (Kylin 2005, s.5). I det hemliga rummet kan barnet på egen hand forma sin identitet, en uppgift som kräver en viss avskildhet. Att låta någon annan få ta del av denna process kan dock vara utvecklande i vissa faser, och därmed får kojan även en social funktion. Vikten av kojor och egna platser för barns utveckling ger ett behov av områden och stråk i stadens offentliga rum där barn får lov att ta plats och skapa på egen hand menar författaren. Stadens utformning, struktur och gestaltning måste därmed sätta barnperspektivet i ett urbant sammanhang.



Figur 7.

Kapiteldiskussion

Barn är en del av naturen, de behöver gröna miljöer och deras utemiljöer måste inte nödvändigtvis se ut som deras inomhusmiljöer gör med starka färger och fantasieggande former. Leken klarar sig oerhört väl även utan dessa.

Barn leker med hela sin kropp, och därmed också med alla sina sinnen. Så kallade ”sanse haver” kan förutom att vara en välkomnande plats för handikappade barn och vuxna, även uppskattas av de lyckligt lottade som är fullt friska. När sinnena kittlas stimuleras även nyfikenheten och leklusten.

Barn vill utforska omvärlden på sina egna villkor, och gör gärna detta steg för steg. Att utforma miljön så att denna blir vildare ju längre bort från de trygga husen barnet kommer, är ett sätt att underlätta denna stegvisa undersökning. Mycket löst material att ”greja” med skapar fotfäste och trygga utgångspunkter för barnen att göra avstamp från. Barn har också ett behov av att skapa sig en egen plats, undagömd från de vuxnas vakande blickar. Dessa platser är viktiga för barnets personliga utveckling och tar gärna formen av en koja. Det finns också ett behov av sådana punkter i stadsrummen, områden där barnen tillåts skapa sina egna platser.

Avslutande diskussion

Det är lätt att förutsätta att barns lekmiljöer ska vara fulla av färg och likna inomhusmiljön därför att normen är sådan. Men även barn behöver restorativa miljöer där deras ögon och sinnen kan få en lugnande paus från vardagens stress. Det är också viktigt att alla deras sinnen stimuleras, då dessa i leken används för att göra omvärlden förståelig. Utemiljön gör uppenbarligen ett väldigt starkt intryck på barnasinnen eftersom minnen skapade i utomhusmiljö är något vuxna människor minns väldigt tydligt och har väldigt starka känslor för.

Även om säkerheten är essentiell i ett barns lekmiljö, får detta inte inskränka på kreativiteten och leklusten i denna. Det måste finnas en bra balans mellan säkerhet och stimulering. Det ena utesluter inte på något vis det andra, och det finns all världens möjligheter att kombinera de båda till fantastiska lekmiljöer. Det stora hotet mot stimulerande lekplatser är rädslan för att det värsta skulle kunna inträffa: att ett barn mister sitt liv. Denna rädsla är naturligtvis befogad, men den betyder inte att panik är på sin plats. Om gällande stadgar följs och livshotande situationer undviks kan stimulerande miljöer fortfarande skapas.

Det urbana samhället kräver områden, noder och stråk där barn kan få ta plats och ”skräpa ner”. Här får de leva ut ett privatliv utan inblandning från vuxna och även utveckla sin sociala kompetens. De får också möjlighet att ta sig an vuxenvärlden i etapper allt utefter sin egen förmåga och utveckling.

All denna kunskap underlättar utformandet av goda utomhusmiljöer för barn. Det är kunskap som barn inte förstår trots att det är dem det berör, och som vuxna inte minns trots att den funnits omkring oss hela livet. När vi nu börjat greppa denna kunskap öppnar sig helt nya möjligheter för barns utemiljöer. Vi börjar förstå hur livsviktig leken är och hur nödvändig en god utemiljö är för barnets utveckling. Därifrån är steget inte långt till att ännu tydligare förstärka barnets och lekens plats i samhället. Leken ska inte skuffas undan i avgränsade, statiska, isolerade områden utan någon koppling till omvärlden. Leken är levande och det måste även platserna där den tar form vara. Dessa platser måste existera både i barnens värld och i vuxenvärlden för att barnen ska kunna tillgodogöra sig världen omkring dem, kunna sätta den i ett sammanhang och så småningom själva leva fullt ut i den.

Leken formar barnet. Utemiljön formar leken. Du och jag formar utemiljön.

Källförteckning

Elektroniska källor

Barnombudsmannens hemsida (2008), Om barnkonventionen [online], tillgänglig via <http://www.barnombudsmannen.se/Adfinity.aspx?pageid=44> [2010-03-11]

Tryckta källor

HAGS (2008). Dags att Se över din lekplats. Aneby: HAGS.

Hartig T. (2005). Teorier om restaurativa miljöer – förr, nu och i framtiden. Hämtad från Johansson M. & Kuller M (red). (2005). *Svensk miljöpsykologi*, Lund: Studentlitteratur.

Knutsdotter Olofsson B. (2009). Vad lär barn när de leker? Hämtad från Jensen M. & Harvard Å (red). (2009). *Leka för att lära*, Lund: Studentlitteratur.

Kylin M. (2005). Många kojor och mycket spring. Hämtad från *Gröna fakta* 3 årg. 2005 Alnarp: Movium

Lenninger A. & Olsson T. (2006). *Lek äger rum – Planering för barn och ungdomar*, Stockholm: Formas.

Marhenke Å. (2000). Risk för lek. Hämtad från *Gröna fakta* 4 årg. 2000 Alnarp: Movium

Mårtensson F. (2009). Lek i verklighetens utmarker. Hämtad från Jensen M. & Harvard Å (red). (2009). *Leka för att lära*, Lund: Studentlitteratur.

Nebelong H. (2008). *Vi leger at... Tanker om leg og indretning af legepladser og sansehaver for børn*, Fredrikshavn: Dafolo A/S.

Wells, N.M. (2008). Do kids need nature? A brief review of the research evidence. In E. Goodenough (Ed.) *A Place for Play* University of Michigan Press, Ann Arbor, MI.

Åkerblom P. (2000). Risk för lek. Hämtad från *Gröna fakta* 4 årg. 2000 Alnarp: Movium